Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pasztet pieczony drobiowy 30g (***GLU, SOJ, MLE***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	**Posiłek nocny:** Marchew w słupkach 150g , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2159.02 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz ogółem: 65.17 g; Węglowodany ogółem: 305.56 g; Kw. tł. nasycone: 30.49 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1468.23 mg; Błonnik: 37.39 g; W tym cukry: 86.20 g; WW: 30.71 Por; Potas: 4151.48 mg; Wapń: 831.07 mg; Fosfor: 1337.45 mg; Żelazo: 11.81 mg; Magnez: 311.26 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor 100g , Pasztet drobiowy zapiekany 40g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2104.52 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz ogółem: 56.51 g; Węglowodany ogółem: 277.85 g; Kw. tł. nasycone: 16.64 g; Sól: 4.98 g; Sód: 1590.93 mg; Błonnik: 35.61 g; W tym cukry: 48.73 g; WW: 27.94 Por; Potas: 3917.73 mg; Wapń: 756.92 mg; Fosfor: 1474.02 mg; Żelazo: 14.45 mg; Magnez: 346.26 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2135.12 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz ogółem: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; Kw. tł. nasycone: 45.87 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1475.21 mg; Błonnik: 17.87 g; W tym cukry: 48.99 g; WW: 27.30 Por; Potas: 3522.70 mg; Wapń: 558.78 mg; Fosfor: 1189.15 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 220.87 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2012.77 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz ogółem: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 264.23 g; Kw. tł. nasycone: 30.67 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1518.41 mg; Błonnik: 17.79 g; W tym cukry: 41.59 g; WW: 26.67 Por; Potas: 3688.85 mg; Wapń: 748.73 mg; Fosfor: 1318.31 mg; Żelazo: 9.10 mg; Magnez: 233.87 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.14 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz ogółem: 55.46 g; Węglowodany ogółem: 253.06 g; Kw. tł. nasycone: 42.45 g; Sól: 1.84 g; Sód: 610.71 mg; Błonnik: 21.83 g; W tym cukry: 38.71 g; WW: 25.42 Por; Potas: 3005.80 mg; Wapń: 226.09 mg; Fosfor: 794.55 mg; Żelazo: 7.04 mg; Magnez: 158.78 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń	
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1333.85 kcal; Białko ogółem: 65.04 g; Tłuszcz ogółem: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 15.26 g; Sól: 0.90 g; Sód: 355.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2705.15 mg; Wapń: 452.50 mg; Fosfor: 1075.30 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 219.76 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy 60g , Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2038.22 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz ogółem: 55.95 g; Węglowodany ogółem: 274.35 g; Kw. tł. nasycone: 38.20 g; Sól: 4.65 g; Sód: 1570.25 mg; Błonnik: 35.10 g; W tym cukry: 54.11 g; WW: 27.62 Por; Potas: 3687.47 mg; Wapń: 618.39 mg; Fosfor: 1370.12 mg; Żelazo: 10.79 mg; Magnez: 298.14 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2515.08 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz ogółem: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; Kw. tł. nasycone: 64.65 g; Sól: 5.03 g; Sód: 1860.49 mg; Błonnik: 18.58 g; W tym cukry: 58.50 g; WW: 28.58 Por; Potas: 4117.56 mg; Wapń: 1058.15 mg; Fosfor: 1678.50 mg; Żelazo: 9.98 mg; Magnez: 269.59 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Sałata masłowa 20g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2214.65 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz ogółem: 61.51 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Kw. tł. nasycone: 48.23 g; Sól: 4.41 g; Sód: 1639.04 mg; Błonnik: 18.40 g; W tym cukry: 47.07 g; WW: 27.34 Por; Potas: 3549.69 mg; Wapń: 856.72 mg; Fosfor: 1498.23 mg; Żelazo: 10.10 mg; Magnez: 246.65 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka b/glutenowa (100g mięsa, 80g sos) 180g (***SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1947.78 kcal; Białko ogółem: 64.71 g; Tłuszcz ogółem: 59.93 g; Węglowodany ogółem: 235.98 g; Kw. tł. nasycone: 44.98 g; Sól: 2.06 g; Sód: 708.79 mg; Błonnik: 21.47 g; W tym cukry: 34.83 g; WW: 23.72 Por; Potas: 3149.42 mg; Wapń: 521.70 mg; Fosfor: 1024.76 mg; Żelazo: 7.82 mg; Magnez: 171.12 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z ciecierzycy 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***SOJ***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1971.63 kcal; Białko ogółem: 75.60 g; Tłuszcz ogółem: 51.29 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; Kw. tł. nasycone: 15.79 g; Sól: 6.11 g; Sód: 1135.48 mg; Błonnik: 33.85 g; W tym cukry: 62.44 g; WW: 31.21 Por; Potas: 3400.05 mg; Wapń: 198.15 mg; Fosfor: 960.74 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 253.61 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 50g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Tofu z warzywami po chińsku (wege) 150g (***GLU, SOJ, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy 60g , Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1748.84 kcal; Białko ogółem: 60.42 g; Tłuszcz ogółem: 49.77 g; Węglowodany ogółem: 271.18 g; Kw. tł. nasycone: 24.40 g; Sól: 4.56 g; Sód: 1110.99 mg; Błonnik: 29.37 g; W tym cukry: 51.64 g; WW: 27.31 Por; Potas: 3278.72 mg; Wapń: 511.95 mg; Fosfor: 930.94 mg; Żelazo: 9.43 mg; Magnez: 240.06 mg;

poniedziałek 2026-11-09	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Sałata masłowa 20g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2187.38 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz ogółem: 67.05 g; Węglowodany ogółem: 264.64 g; Kw. tł. nasycone: 47.96 g; Sól: 2.40 g; Sód: 800.53 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 47.33 g; WW: 26.59 Por; Potas: 3460.58 mg; Wapń: 584.34 mg; Fosfor: 1196.63 mg; Żelazo: 8.41 mg; Magnez: 197.28 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 30g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2510.84 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz ogółem: 88.14 g; Węglowodany ogółem: 326.98 g; Kw. tł. nasycone: 39.65 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2816.23 mg; Błonnik: 36.15 g; W tym cukry: 63.47 g; WW: 32.77 Por; Potas: 4086.25 mg; Wapń: 928.95 mg; Fosfor: 1740.47 mg; Żelazo: 15.57 mg; Magnez: 409.45 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g , Polędwica miodowa drobiowa 20g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy b/c 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 30g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.16 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Tłuszcz ogółem: 73.42 g; Węglowodany ogółem: 253.02 g; Kw. tł. nasycone: 26.93 g; Sól: 8.03 g; Sód: 2937.14 mg; Błonnik: 35.42 g; W tym cukry: 33.59 g; WW: 25.43 Por; Potas: 4350.08 mg; Wapń: 1263.67 mg; Fosfor: 1974.39 mg; Żelazo: 15.49 mg; Magnez: 450.97 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (***JAJ, GOR***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.98 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz ogółem: 57.90 g; Węglowodany ogółem: 300.81 g; Kw. tł. nasycone: 26.81 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1036.02 mg; Błonnik: 21.02 g; W tym cukry: 40.77 g; WW: 30.29 Por; Potas: 3748.80 mg; Wapń: 393.05 mg; Fosfor: 983.23 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 251.54 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Szynka konserwowa wieprzowa 20g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.08 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz ogółem: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 295.40 g; Kw. tł. nasycone: 12.31 g; Sól: 4.73 g; Sód: 1057.16 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 42.02 g; WW: 29.83 Por; Potas: 3960.76 mg; Wapń: 649.90 mg; Fosfor: 1156.39 mg; Żelazo: 9.76 mg; Magnez: 267.70 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1760.93 kcal; Białko ogółem: 51.94 g; Tłuszcz ogółem: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 242.31 g; Kw. tł. nasycone: 26.88 g; Sól: 2.48 g; Sód: 291.40 mg; Błonnik: 20.60 g; W tym cukry: 22.13 g; WW: 24.36 Por; Potas: 3012.81 mg; Wapń: 169.68 mg; Fosfor: 669.70 mg; Żelazo: 7.83 mg; Magnez: 150.99 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1333.85 kcal; Białko ogółem: 65.14 g; Tłuszcz ogółem: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 15.26 g; Sól: 0.92 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml mix 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym mix 100g , 2Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Ziemniaki mix 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2290.84 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz ogółem: 71.13 g; Węglowodany ogółem: 282.82 g; Kw. tł. nasycone: 43.66 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1709.89 mg; Błonnik: 37.29 g; W tym cukry: 46.27 g; WW: 28.41 Por; Potas: 3955.87 mg; Wapń: 559.90 mg; Fosfor: 1522.42 mg; Żelazo: 13.77 mg; Magnez: 351.20 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g , Serek kanapkowy 100g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Szynka konserwowa wieprzowa 50g (***SOJ, MLE, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2607.84 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz ogółem: 93.51 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; Kw. tł. nasycone: 61.86 g; Sól: 8.75 g; Sód: 2244.45 mg; Błonnik: 19.16 g; W tym cukry: 34.96 g; WW: 26.80 Por; Potas: 4118.78 mg; Wapń: 692.71 mg; Fosfor: 1483.17 mg; Żelazo: 13.05 mg; Magnez: 286.75 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.32 kcal; Białko ogółem: 74.21 g; Tłuszcz ogółem: 64.83 g; Węglowodany ogółem: 283.92 g; Kw. tł. nasycone: 28.46 g; Sól: 4.53 g; Sód: 1107.96 mg; Błonnik: 17.66 g; W tym cukry: 28.59 g; WW: 28.61 Por; Potas: 3306.84 mg; Wapń: 379.10 mg; Fosfor: 1057.98 mg; Żelazo: 10.81 mg; Magnez: 237.81 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1859.63 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz ogółem: 73.61 g; Węglowodany ogółem: 235.94 g; Kw. tł. nasycone: 29.70 g; Sól: 2.70 g; Sód: 416.71 mg; Błonnik: 21.46 g; W tym cukry: 25.76 g; WW: 23.75 Por; Potas: 3597.24 mg; Wapń: 411.23 mg; Fosfor: 985.78 mg; Żelazo: 8.53 mg; Magnez: 189.62 mg;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z oliwą 100g , Ziemniaki 200g , Sos pieczeniowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1724.81 kcal; Białko ogółem: 55.16 g; Tłuszcz ogółem: 66.97 g; Węglowodany ogółem: 234.52 g; Kw. tł. nasycone: 14.19 g; Sól: 6.23 g; Sód: 1788.21 mg; Błonnik: 27.07 g; W tym cukry: 37.14 g; WW: 23.61 Por; Potas: 3255.28 mg; Wapń: 225.12 mg; Fosfor: 902.97 mg; Żelazo: 10.48 mg; Magnez: 282.74 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-11-10	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Hummus 0.5szt (***SEZ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Risotto z warzywami b/mięsa 300g , Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 100g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2149.62 kcal; Białko ogółem: 64.03 g; Tłuszcz ogółem: 58.07 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; Kw. tł. nasycone: 27.51 g; Sól: 5.11 g; Sód: 1859.77 mg; Błonnik: 33.68 g; W tym cukry: 29.56 g; WW: 32.36 Por; Potas: 3603.30 mg; Wapń: 441.84 mg; Fosfor: 1205.91 mg; Żelazo: 13.06 mg; Magnez: 342.13 mg;

wtorek 2026-11-10	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa jarzynowa (brokuł, kalafior) z ziemniakami b/ml WN 300ml (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 100g , Pasta z jajka b/soli 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1968.21 kcal; Białko ogółem: 80.48 g; Tłuszcz ogółem: 67.65 g; Węglowodany ogółem: 264.45 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 2.57 g; Sód: 360.00 mg; Błonnik: 22.60 g; W tym cukry: 29.42 g; WW: 26.61 Por; Potas: 3725.57 mg; Wapń: 341.28 mg; Fosfor: 1089.39 mg; Żelazo: 8.59 mg; Magnez: 237.73 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser topiony 1szt (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Ketchup 15g , Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kapusta czerwona zasmażana 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Gruszka 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2318.19 kcal; Białko ogółem: 76.47 g; Tłuszcz ogółem: 75.82 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; Kw. tł. nasycone: 32.50 g; Sól: 5.07 g; Sód: 1686.43 mg; Błonnik: 35.48 g; W tym cukry: 74.04 g; WW: 34.50 Por; Potas: 4229.24 mg; Wapń: 484.52 mg; Fosfor: 1085.36 mg; Żelazo: 11.90 mg; Magnez: 298.80 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Szynka delikatna z fileta 50g , Rzodkiewka czerwona 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kapusta czerwona zasmażana 100g (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Gruszka 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2250.90 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz ogółem: 67.52 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; Kw. tł. nasycone: 20.96 g; Sól: 5.81 g; Sód: 2300.73 mg; Błonnik: 38.86 g; W tym cukry: 46.89 g; WW: 28.34 Por; Potas: 4712.98 mg; Wapń: 978.85 mg; Fosfor: 1600.94 mg; Żelazo: 13.90 mg; Magnez: 394.72 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 20g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1894.97 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 47.51 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; Kw. tł. nasycone: 23.71 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1510.25 mg; Błonnik: 20.15 g; W tym cukry: 30.27 g; WW: 29.73 Por; Potas: 3572.64 mg; Wapń: 353.00 mg; Fosfor: 794.91 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 206.45 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 20g , Pomidor b/skóry 90g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1821.07 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz ogółem: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 287.70 g; Kw. tł. nasycone: 9.41 g; Sól: 4.06 g; Sód: 1570.25 mg; Błonnik: 20.15 g; W tym cukry: 30.27 g; WW: 29.13 Por; Potas: 3797.64 mg; Wapń: 593.00 mg; Fosfor: 959.91 mg; Żelazo: 8.68 mg; Magnez: 224.45 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 60g , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1649.82 kcal; Białko ogółem: 55.09 g; Tłuszcz ogółem: 50.29 g; Węglowodany ogółem: 247.46 g; Kw. tł. nasycone: 22.12 g; Sól: 1.62 g; Sód: 548.18 mg; Błonnik: 21.54 g; W tym cukry: 17.62 g; WW: 24.97 Por; Potas: 2823.48 mg; Wapń: 133.16 mg; Fosfor: 500.06 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 144.79 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą mix 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem mix 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 mix 200g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1844.77 kcal; Białko ogółem: 71.19 g; Tłuszcz ogółem: 50.90 g; Węglowodany ogółem: 284.19 g; Kw. tł. nasycone: 23.78 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1249.91 mg; Błonnik: 32.20 g; W tym cukry: 39.52 g; WW: 28.57 Por; Potas: 3761.83 mg; Wapń: 410.30 mg; Fosfor: 1091.33 mg; Żelazo: 10.13 mg; Magnez: 289.60 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 50g , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 80g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2094.80 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz ogółem: 63.72 g; Węglowodany ogółem: 276.02 g; Kw. tł. nasycone: 33.23 g; Sól: 6.24 g; Sód: 2438.22 mg; Błonnik: 18.88 g; W tym cukry: 27.43 g; WW: 27.95 Por; Potas: 3534.78 mg; Wapń: 1077.04 mg; Fosfor: 1257.85 mg; Żelazo: 8.51 mg; Magnez: 235.76 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1857.10 kcal; Białko ogółem: 79.87 g; Tłuszcz ogółem: 48.31 g; Węglowodany ogółem: 283.01 g; Kw. tł. nasycone: 24.28 g; Sól: 3.72 g; Sód: 1429.04 mg; Błonnik: 18.03 g; W tym cukry: 25.83 g; WW: 28.65 Por; Potas: 3321.82 mg; Wapń: 574.04 mg; Fosfor: 927.78 mg; Żelazo: 7.71 mg; Magnez: 211.15 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 bglu 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.26 kcal; Białko ogółem: 86.60 g; Tłuszcz ogółem: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Kw. tł. nasycone: 32.89 g; Sól: 2.32 g; Sód: 867.68 mg; Błonnik: 22.71 g; W tym cukry: 25.03 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3535.40 mg; Wapń: 1049.98 mg; Fosfor: 1258.62 mg; Żelazo: 6.55 mg; Magnez: 220.34 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Ketchup 30g , Parówka drobiowa 1 szt 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Gulasz wieprzowy z szynki (WN) 100/100 200g (***GLU***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 20g , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1799.60 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz ogółem: 61.13 g; Węglowodany ogółem: 245.77 g; Kw. tł. nasycone: 17.54 g; Sól: 6.21 g; Sód: 1880.32 mg; Błonnik: 31.17 g; W tym cukry: 33.87 g; WW: 24.68 Por; Potas: 3701.46 mg; Wapń: 253.55 mg; Fosfor: 921.77 mg; Żelazo: 11.32 mg; Magnez: 266.49 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka czerwona 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki z koperkiem 200g , Kotlet jajeczny smażony 100g (***GLU, JAJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa 10g , Pomidor 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.11 kcal; Białko ogółem: 60.59 g; Tłuszcz ogółem: 61.23 g; Węglowodany ogółem: 276.21 g; Kw. tł. nasycone: 39.45 g; Sól: 4.05 g; Sód: 1456.54 mg; Błonnik: 31.72 g; W tym cukry: 32.49 g; WW: 27.70 Por; Potas: 3489.19 mg; Wapń: 461.61 mg; Fosfor: 1056.99 mg; Żelazo: 11.66 mg; Magnez: 260.15 mg;

środa 2026-11-11	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Banan 1szt , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (***RYB, SEL***), Szynka delikatna z fileta 40g , Sałata masłowa 10g , Pomidor b/skóry 90g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1773.60 kcal; Białko ogółem: 74.04 g; Tłuszcz ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 266.30 g; Kw. tł. nasycone: 22.28 g; Sól: 2.52 g; Sód: 875.99 mg; Błonnik: 21.96 g; W tym cukry: 23.73 g; WW: 26.90 Por; Potas: 2969.21 mg; Wapń: 304.43 mg; Fosfor: 685.60 mg; Żelazo: 5.01 mg; Magnez: 172.04 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor 100g , Serek kanapkowy 20g (***MLE***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2401.26 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz ogółem: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 326.79 g; Kw. tł. nasycone: 37.35 g; Sól: 7.50 g; Sód: 1735.20 mg; Błonnik: 36.08 g; W tym cukry: 86.44 g; WW: 32.75 Por; Potas: 3489.60 mg; Wapń: 857.78 mg; Fosfor: 1191.59 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 269.83 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron pełnoziarnisty 200g (***GLU, MCK***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.81 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz ogółem: 61.60 g; Węglowodany ogółem: 283.25 g; Kw. tł. nasycone: 19.24 g; Sól: 7.35 g; Sód: 1768.55 mg; Błonnik: 39.51 g; W tym cukry: 49.75 g; WW: 28.49 Por; Potas: 3796.55 mg; Wapń: 1055.48 mg; Fosfor: 1459.36 mg; Żelazo: 12.21 mg; Magnez: 337.83 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2201.04 kcal; Białko ogółem: 82.05 g; Tłuszcz ogółem: 61.08 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; Kw. tł. nasycone: 36.29 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1279.60 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 49.96 g; WW: 31.15 Por; Potas: 3008.10 mg; Wapń: 508.00 mg; Fosfor: 786.87 mg; Żelazo: 8.67 mg; Magnez: 188.65 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 60g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2127.14 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz ogółem: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; Kw. tł. nasycone: 21.99 g; Sól: 6.12 g; Sód: 1339.60 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 49.96 g; WW: 30.55 Por; Potas: 3233.10 mg; Wapń: 748.00 mg; Fosfor: 951.87 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 206.65 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Dżem szt - 25g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1949.99 kcal; Białko ogółem: 52.03 g; Tłuszcz ogółem: 61.37 g; Węglowodany ogółem: 272.17 g; Kw. tł. nasycone: 33.52 g; Sól: 2.86 g; Sód: 411.05 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 30.09 g; WW: 27.41 Por; Potas: 2431.50 mg; Wapń: 177.95 mg; Fosfor: 423.87 mg; Żelazo: 6.22 mg; Magnez: 122.65 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki mix 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp mix 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany na parze mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2620.18 kcal; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz ogółem: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; Kw. tł. nasycone: 59.97 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1963.95 mg; Błonnik: 36.34 g; W tym cukry: 59.28 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3503.76 mg; Wapń: 625.03 mg; Fosfor: 1272.96 mg; Żelazo: 10.61 mg; Magnez: 298.16 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 80g (***SOJ, MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2716.54 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz ogółem: 73.04 g; Węglowodany ogółem: 301.60 g; Kw. tł. nasycone: 69.12 g; Sól: 8.49 g; Sód: 1871.80 mg; Błonnik: 19.85 g; W tym cukry: 58.85 g; WW: 30.40 Por; Potas: 3495.30 mg; Wapń: 968.50 mg; Fosfor: 1210.47 mg; Żelazo: 9.14 mg; Magnez: 231.25 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 50g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2218.04 kcal; Białko ogółem: 78.26 g; Tłuszcz ogółem: 61.90 g; Węglowodany ogółem: 300.72 g; Kw. tł. nasycone: 41.75 g; Sól: 5.09 g; Sód: 1376.41 mg; Błonnik: 16.82 g; W tym cukry: 43.87 g; WW: 30.33 Por; Potas: 2807.95 mg; Wapń: 727.02 mg; Fosfor: 942.71 mg; Żelazo: 7.36 mg; Magnez: 189.71 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp b/glutenu 200g (***SEL***), Makaron bezglutenowy 200g , Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki b/soli 60g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2354.63 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz ogółem: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 290.79 g; Kw. tł. nasycone: 48.30 g; Sól: 3.28 g; Sód: 1142.98 mg; Błonnik: 20.16 g; W tym cukry: 34.52 g; WW: 29.26 Por; Potas: 2961.21 mg; Wapń: 930.82 mg; Fosfor: 1079.03 mg; Żelazo: 7.10 mg; Magnez: 183.80 mg;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Szynka delikatesowa drobiowa 30g , Rzodkiew biała z koperkiem 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2121.06 kcal; Białko ogółem: 85.01 g; Tłuszcz ogółem: 56.79 g; Węglowodany ogółem: 327.00 g; Kw. tł. nasycone: 13.98 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1110.42 mg; Błonnik: 35.80 g; W tym cukry: 53.41 g; WW: 32.75 Por; Potas: 3275.76 mg; Wapń: 213.27 mg; Fosfor: 888.93 mg; Żelazo: 10.09 mg; Magnez: 235.26 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Tofu w plasterkach 100g (***SOJ***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2223.76 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz ogółem: 57.25 g; Węglowodany ogółem: 283.34 g; Kw. tł. nasycone: 51.50 g; Sól: 5.54 g; Sód: 1988.33 mg; Błonnik: 28.30 g; W tym cukry: 47.70 g; WW: 28.44 Por; Potas: 2460.40 mg; Wapń: 1001.05 mg; Fosfor: 1097.46 mg; Żelazo: 8.40 mg; Magnez: 224.93 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJ, MLE***), Sałata masłowa 20g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sos bolognese z mięsem mielonym wp 200g (***GLU, SEL***), Makaron świderki 200g (***GLU, JAJ***), Kalafior gotowany na parze b/soli 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 20g , Serek kanapkowy 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.99 kcal; Białko ogółem: 65.22 g; Tłuszcz ogółem: 66.88 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; Kw. tł. nasycone: 36.66 g; Sól: 3.84 g; Sód: 513.60 mg; Błonnik: 22.77 g; W tym cukry: 44.54 g; WW: 30.00 Por; Potas: 2499.30 mg; Wapń: 476.80 mg; Fosfor: 622.07 mg; Żelazo: 6.15 mg; Magnez: 146.65 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Majonez 10g (***JAJ, GOR***), Jajko got. na twardo kl.L 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1szt ,	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2400.09 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz ogółem: 82.67 g; Węglowodany ogółem: 326.59 g; Kw. tł. nasycone: 31.12 g; Sól: 4.94 g; Sód: 1784.79 mg; Błonnik: 31.82 g; W tym cukry: 77.19 g; WW: 32.70 Por; Potas: 4166.31 mg; Wapń: 667.34 mg; Fosfor: 1256.50 mg; Żelazo: 11.52 mg; Magnez: 287.38 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt (***GLU***), Chleb graham 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Pomarańcza 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2283.69 kcal; Białko ogółem: 108.23 g; Tłuszcz ogółem: 65.60 g; Węglowodany ogółem: 284.26 g; Kw. tł. nasycone: 17.51 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2436.19 mg; Błonnik: 38.97 g; W tym cukry: 47.33 g; WW: 28.46 Por; Potas: 4747.06 mg; Wapń: 908.39 mg; Fosfor: 1779.77 mg; Żelazo: 15.75 mg; Magnez: 419.08 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (***JAJ***), Banan 1szt , Ciasto drożdżowe 50g (***GLU, JAJ, MLE***),	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.73 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz ogółem: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 276.85 g; Kw. tł. nasycone: 28.79 g; Sól: 4.78 g; Sód: 1412.77 mg; Błonnik: 17.15 g; W tym cukry: 43.18 g; WW: 27.97 Por; Potas: 3249.28 mg; Wapń: 569.49 mg; Fosfor: 1008.01 mg; Żelazo: 8.16 mg; Magnez: 203.64 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 40g (***MLE***), Jajko got. na miękko kl. M 1szt (***JAJ***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Banan 1szt ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1779.33 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz ogółem: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 258.82 g; Kw. tł. nasycone: 12.96 g; Sól: 4.77 g; Sód: 1403.27 mg; Błonnik: 16.40 g; W tym cukry: 44.29 g; WW: 26.17 Por; Potas: 3436.88 mg; Wapń: 797.09 mg; Fosfor: 1156.51 mg; Żelazo: 7.95 mg; Magnez: 220.24 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Banan 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***),	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1710.77 kcal; Białko ogółem: 57.31 g; Tłuszcz ogółem: 51.74 g; Węglowodany ogółem: 259.05 g; Kw. tł. nasycone: 23.05 g; Sól: 2.25 g; Sód: 305.14 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 25.17 g; WW: 26.14 Por; Potas: 2913.06 mg; Wapń: 190.01 mg; Fosfor: 565.99 mg; Żelazo: 7.08 mg; Magnez: 150.15 mg;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.00 g; Sód: 355.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2705.15 mg; Wapń: 452.50 mg; Fosfor: 1075.30 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 219.76 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka 1szt (***GLU***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	2Zupa dyniowa z ryżem mix 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) mix 100g (***RYB***), Ziemniaki mix 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Mus owocowy 100g 1szt ,	**Podwieczorek:** Kefir 150g 1szt (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2058.68 kcal; Białko ogółem: 95.66 g; Tłuszcz ogółem: 64.75 g; Węglowodany ogółem: 283.02 g; Kw. tł. nasycone: 28.92 g; Sól: 4.93 g; Sód: 1768.17 mg; Błonnik: 31.76 g; W tym cukry: 55.03 g; WW: 28.54 Por; Potas: 3895.20 mg; Wapń: 734.03 mg; Fosfor: 1256.04 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 289.63 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 100g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Kefir 150g 1szt (***MLE***), Banan 1szt ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2203.15 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz ogółem: 78.06 g; Węglowodany ogółem: 267.58 g; Kw. tł. nasycone: 34.08 g; Sól: 5.42 g; Sód: 2033.28 mg; Błonnik: 16.72 g; W tym cukry: 49.43 g; WW: 27.06 Por; Potas: 3909.28 mg; Wapń: 982.48 mg; Fosfor: 1560.39 mg; Żelazo: 10.44 mg; Magnez: 259.91 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Banan 1szt ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1845.50 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz ogółem: 52.50 g; Węglowodany ogółem: 257.29 g; Kw. tł. nasycone: 28.74 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1622.75 mg; Błonnik: 12.40 g; W tym cukry: 38.05 g; WW: 26.01 Por; Potas: 3064.85 mg; Wapń: 818.45 mg; Fosfor: 1140.67 mg; Żelazo: 5.84 mg; Magnez: 199.90 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 100g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1932.75 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz ogółem: 60.83 g; Węglowodany ogółem: 249.52 g; Kw. tł. nasycone: 27.25 g; Sól: 1.86 g; Sód: 642.66 mg; Błonnik: 23.80 g; W tym cukry: 54.68 g; WW: 25.15 Por; Potas: 3600.18 mg; Wapń: 546.89 mg; Fosfor: 1168.36 mg; Żelazo: 6.74 mg; Magnez: 201.16 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Rzodkiewka biała 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa dyniowa z ryżem b/ml 300ml (***SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 150g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 80g (***SOJ***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.64 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz ogółem: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; Kw. tł. nasycone: 17.74 g; Sól: 7.04 g; Sód: 1150.88 mg; Błonnik: 36.46 g; W tym cukry: 44.37 g; WW: 28.48 Por; Potas: 3660.79 mg; Wapń: 279.50 mg; Fosfor: 904.47 mg; Żelazo: 11.86 mg; Magnez: 246.76 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Rzodkiewka biała 100g ,	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Ziemniaki 200g , Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2118.01 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz ogółem: 83.53 g; Węglowodany ogółem: 249.51 g; Kw. tł. nasycone: 31.21 g; Sól: 7.18 g; Sód: 2677.11 mg; Błonnik: 29.09 g; W tym cukry: 44.13 g; WW: 25.06 Por; Potas: 4046.73 mg; Wapń: 593.56 mg; Fosfor: 1376.37 mg; Żelazo: 11.14 mg; Magnez: 299.09 mg;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),	Zupa dyniowa z ryżem 300ml (***MLE, SEL***), Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 150g (***RYB***), Ziemniaki b/soli 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 15g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1970.45 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz ogółem: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 280.63 g; Kw. tł. nasycone: 27.45 g; Sól: 1.82 g; Sód: 535.32 mg; Błonnik: 20.60 g; W tym cukry: 43.29 g; WW: 28.32 Por; Potas: 3003.57 mg; Wapń: 548.59 mg; Fosfor: 832.42 mg; Żelazo: 4.84 mg; Magnez: 166.20 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2083.37 kcal; Białko ogółem: 60.98 g; Tłuszcz ogółem: 59.86 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; Kw. tł. nasycone: 34.06 g; Sól: 7.72 g; Sód: 2210.03 mg; Błonnik: 26.12 g; W tym cukry: 69.66 g; WW: 31.44 Por; Potas: 1826.71 mg; Wapń: 845.31 mg; Fosfor: 962.13 mg; Żelazo: 7.59 mg; Magnez: 242.00 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Jabłko 1szt ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),	**Posiłek nocny:** Orzechy włoskie 5szt (***OZI***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2087.26 kcal; Białko ogółem: 73.91 g; Tłuszcz ogółem: 54.03 g; Węglowodany ogółem: 288.66 g; Kw. tł. nasycone: 23.58 g; Sól: 8.62 g; Sód: 2465.83 mg; Błonnik: 30.60 g; W tym cukry: 49.28 g; WW: 28.97 Por; Potas: 2226.80 mg; Wapń: 1191.68 mg; Fosfor: 1340.06 mg; Żelazo: 9.20 mg; Magnez: 305.82 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1936.70 kcal; Białko ogółem: 60.85 g; Tłuszcz ogółem: 50.14 g; Węglowodany ogółem: 315.69 g; Kw. tł. nasycone: 29.06 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1005.34 mg; Błonnik: 14.68 g; W tym cukry: 51.29 g; WW: 31.78 Por; Potas: 1669.35 mg; Wapń: 518.33 mg; Fosfor: 616.81 mg; Żelazo: 6.43 mg; Magnez: 123.04 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twaróg 40g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1862.80 kcal; Białko ogółem: 64.44 g; Tłuszcz ogółem: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 309.20 g; Kw. tł. nasycone: 14.76 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1065.34 mg; Błonnik: 14.68 g; W tym cukry: 51.29 g; WW: 31.18 Por; Potas: 1894.35 mg; Wapń: 758.33 mg; Fosfor: 781.81 mg; Żelazo: 6.51 mg; Magnez: 141.04 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1690.21 kcal; Białko ogółem: 33.19 g; Tłuszcz ogółem: 50.18 g; Węglowodany ogółem: 277.14 g; Kw. tł. nasycone: 25.62 g; Sól: 2.84 g; Sód: 117.19 mg; Błonnik: 17.96 g; W tym cukry: 30.26 g; WW: 27.81 Por; Potas: 1047.55 mg; Wapń: 150.68 mg; Fosfor: 163.01 mg; Żelazo: 3.90 mg; Magnez: 53.44 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2299.32 kcal; Białko ogółem: 61.20 g; Tłuszcz ogółem: 58.44 g; Węglowodany ogółem: 331.46 g; Kw. tł. nasycone: 45.30 g; Sól: 4.34 g; Sód: 1610.30 mg; Błonnik: 31.14 g; W tym cukry: 64.71 g; WW: 33.24 Por; Potas: 2283.01 mg; Wapń: 735.76 mg; Fosfor: 1086.19 mg; Żelazo: 8.38 mg; Magnez: 241.55 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Szynka z indykiem 60g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1980.94 kcal; Białko ogółem: 75.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.76 g; Węglowodany ogółem: 301.44 g; Kw. tł. nasycone: 31.78 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1080.94 mg; Błonnik: 14.65 g; W tym cukry: 52.75 g; WW: 30.37 Por; Potas: 1939.55 mg; Wapń: 795.93 mg; Fosfor: 872.61 mg; Żelazo: 6.59 mg; Magnez: 144.64 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Melon żółty 100g , Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 50g (***MLE***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.86 kcal; Białko ogółem: 63.84 g; Tłuszcz ogółem: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 315.48 g; Kw. tł. nasycone: 30.18 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1069.31 mg; Błonnik: 14.25 g; W tym cukry: 52.38 g; WW: 31.75 Por; Potas: 1578.40 mg; Wapń: 763.15 mg; Fosfor: 824.24 mg; Żelazo: 5.70 mg; Magnez: 138.62 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ryż na mleku roślinnym 300ml , Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 80g (***MLE***), Szynka delikatesowa drobiowa 60g , Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1673.68 kcal; Białko ogółem: 52.01 g; Tłuszcz ogółem: 48.22 g; Węglowodany ogółem: 260.23 g; Kw. tł. nasycone: 23.50 g; Sól: 3.41 g; Sód: 196.81 mg; Błonnik: 17.41 g; W tym cukry: 31.79 g; WW: 26.19 Por; Potas: 1404.77 mg; Wapń: 430.98 mg; Fosfor: 540.81 mg; Żelazo: 4.70 mg; Magnez: 83.10 mg;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Ryż na mleku roślinnym z jabłkiem 300ml , Kompot owocowy 250ml , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Mus z truskawek 100g ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Polędwica drobiowa z majerankiem 50g (***SOJ***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna z cukrem 250ml , Pomarańcza 1/2szt 100g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt , Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1939.69 kcal; Białko ogółem: 60.72 g; Tłuszcz ogółem: 43.70 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; Kw. tł. nasycone: 13.89 g; Sól: 7.41 g; Sód: 1648.97 mg; Błonnik: 28.53 g; W tym cukry: 46.20 g; WW: 32.85 Por; Potas: 1668.09 mg; Wapń: 176.99 mg; Fosfor: 715.26 mg; Żelazo: 7.54 mg; Magnez: 213.49 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Herbata czarna b/c 250ml , Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Hummus 40g 0.5szt (***SEZ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2100.65 kcal; Białko ogółem: 61.43 g; Tłuszcz ogółem: 61.49 g; Węglowodany ogółem: 297.80 g; Kw. tł. nasycone: 35.84 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1502.02 mg; Błonnik: 25.27 g; W tym cukry: 52.08 g; WW: 29.87 Por; Potas: 1855.11 mg; Wapń: 838.69 mg; Fosfor: 987.34 mg; Żelazo: 8.83 mg; Magnez: 191.49 mg;

sobota 2026-11-14	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z truskawkami i śmietaną 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.71 kcal; Białko ogółem: 51.85 g; Tłuszcz ogółem: 58.03 g; Węglowodany ogółem: 301.43 g; Kw. tł. nasycone: 30.22 g; Sól: 3.72 g; Sód: 245.14 mg; Błonnik: 18.45 g; W tym cukry: 49.65 g; WW: 30.31 Por; Potas: 1451.95 mg; Wapń: 502.13 mg; Fosfor: 513.21 mg; Żelazo: 4.17 mg; Magnez: 86.84 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (***GLU, JAJ***), Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasztet Jana 50g (***GLU, JAJ, SEL***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
II Śniadanie: Herbata z cukrem 250ml , Jabłecznik 70g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 30g ,	**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2637.86 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz ogółem: 92.90 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Kw. tł. nasycone: 35.00 g; Sól: 5.58 g; Sód: 1730.23 mg; Błonnik: 34.65 g; W tym cukry: 99.05 g; WW: 35.72 Por; Potas: 3773.10 mg; Wapń: 550.27 mg; Fosfor: 1305.00 mg; Żelazo: 13.37 mg; Magnez: 302.99 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Chrzan tarty 15g (***MLE, S02***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet schabowy smażony w panierce 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy b/c 250ml , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasztet Jana 50g (***GLU, JAJ, SEL***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 20g , Herbata b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt , Herbata b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Orzechy włoskie 5szt (***OZI***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2313.85 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz ogółem: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 299.32 g; Kw. tł. nasycone: 19.01 g; Sól: 5.26 g; Sód: 1687.28 mg; Błonnik: 36.84 g; W tym cukry: 55.76 g; WW: 30.02 Por; Potas: 4142.41 mg; Wapń: 795.49 mg; Fosfor: 1550.35 mg; Żelazo: 13.68 mg; Magnez: 370.84 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2072.91 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz ogółem: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 286.29 g; Kw. tł. nasycone: 28.68 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1225.50 mg; Błonnik: 19.37 g; W tym cukry: 49.92 g; WW: 28.85 Por; Potas: 3373.41 mg; Wapń: 525.81 mg; Fosfor: 1108.32 mg; Żelazo: 8.97 mg; Magnez: 222.10 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 50g (***SOJ, MLE, SEL***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1957.34 kcal; Białko ogółem: 109.64 g; Tłuszcz ogółem: 33.08 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; Kw. tł. nasycone: 12.70 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1240.60 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 66.08 g; WW: 28.43 Por; Potas: 3559.03 mg; Wapń: 718.95 mg; Fosfor: 1040.00 mg; Żelazo: 6.29 mg; Magnez: 203.45 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 60g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Sałata masłowa 20g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1889.58 kcal; Białko ogółem: 63.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.54 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; Kw. tł. nasycone: 24.88 g; Sól: 2.57 g; Sód: 277.89 mg; Błonnik: 23.23 g; W tym cukry: 59.93 g; WW: 29.16 Por; Potas: 2785.63 mg; Wapń: 396.48 mg; Fosfor: 612.78 mg; Żelazo: 5.06 mg; Magnez: 152.15 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Masło 15g (***MLE***), Miód 15g , Mus z gruszki 150g ,	Płynna obiadowa 500ml (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (***GLU, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
II Śniadanie: Budyń płynny 200ml (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło 10g (***MLE***), Mleko 100ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jabłko 1szt ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2293.49 kcal; Białko ogółem: 101.61 g; Tłuszcz ogółem: 70.66 g; Węglowodany ogółem: 295.74 g; Kw. tł. nasycone: 23.91 g; Sól: 1.52 g; Sód: 553.61 mg; Błonnik: 24.36 g; W tym cukry: 90.86 g; WW: 29.78 Por; Potas: 4514.30 mg; Wapń: 915.51 mg; Fosfor: 1531.08 mg; Żelazo: 7.33 mg; Magnez: 300.09 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z wędliny z zieleniną 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona (papka) 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki (papka) 200g , Kompot owocowy 250ml , Marchewka gotowana na parze mix 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***), Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1995.29 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz ogółem: 57.86 g; Węglowodany ogółem: 289.04 g; Kw. tł. nasycone: 26.55 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1233.45 mg; Błonnik: 24.37 g; W tym cukry: 45.83 g; WW: 29.05 Por; Potas: 3033.26 mg; Wapń: 461.04 mg; Fosfor: 780.64 mg; Żelazo: 5.77 mg; Magnez: 189.08 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Twaróg 40g (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 30g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 120g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2045.52 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz ogółem: 54.28 g; Węglowodany ogółem: 289.98 g; Kw. tł. nasycone: 28.14 g; Sól: 4.24 g; Sód: 1248.36 mg; Błonnik: 21.15 g; W tym cukry: 47.07 g; WW: 29.18 Por; Potas: 3402.33 mg; Wapń: 703.35 mg; Fosfor: 1050.32 mg; Żelazo: 5.95 mg; Magnez: 202.73 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.37 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz ogółem: 59.64 g; Węglowodany ogółem: 261.80 g; Kw. tł. nasycone: 28.02 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1245.50 mg; Błonnik: 18.31 g; W tym cukry: 41.73 g; WW: 26.29 Por; Potas: 2985.16 mg; Wapń: 662.28 mg; Fosfor: 970.78 mg; Żelazo: 6.03 mg; Magnez: 184.48 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 2ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (***SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Ser żółty 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2180.72 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz ogółem: 87.42 g; Węglowodany ogółem: 242.27 g; Kw. tł. nasycone: 34.41 g; Sól: 2.51 g; Sód: 949.93 mg; Błonnik: 21.61 g; W tym cukry: 23.44 g; WW: 24.32 Por; Potas: 3346.93 mg; Wapń: 814.38 mg; Fosfor: 1342.74 mg; Żelazo: 7.49 mg; Magnez: 206.71 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 60g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata b/c 250ml , Chleb pszenny 100g (***GLU, SOJ***), Rama bezmleczna 2x10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pasta warzywna 100g (***SEL***),
II Śniadanie: Gruszka 1szt ,		**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1999.75 kcal; Białko ogółem: 115.69 g; Tłuszcz ogółem: 58.29 g; Węglowodany ogółem: 263.81 g; Kw. tł. nasycone: 14.84 g; Sól: 6.74 g; Sód: 1225.87 mg; Błonnik: 24.53 g; W tym cukry: 40.64 g; WW: 26.40 Por; Potas: 3296.07 mg; Wapń: 188.17 mg; Fosfor: 941.07 mg; Żelazo: 7.67 mg; Magnez: 188.51 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 50g (***JAJ, GOR***), Twaróg 40g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek wiejski 80g (***MLE***), Pomidor 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Jabłko 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1875.59 kcal; Białko ogółem: 64.18 g; Tłuszcz ogółem: 63.98 g; Węglowodany ogółem: 269.60 g; Kw. tł. nasycone: 28.30 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1449.04 mg; Błonnik: 29.94 g; W tym cukry: 66.52 g; WW: 26.96 Por; Potas: 3233.59 mg; Wapń: 584.69 mg; Fosfor: 1094.64 mg; Żelazo: 9.67 mg; Magnez: 248.42 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-15	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Szynka wieprzowa z liściem 50g (***GLU, SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Szynka wieprzowa duszona b/soli 100g , Sos własny 60ml (***GLU***), Ziemniaki b/soli 200g , Kompot owocowy 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka złocista 40g (***SOJ, MLE, SEL***), Twaróg 50g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),
		Posiłek nocny: Wafle ryżowe 15g , Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2096.90 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz ogółem: 72.88 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; Kw. tł. nasycone: 30.16 g; Sól: 3.12 g; Sód: 463.25 mg; Błonnik: 23.34 g; W tym cukry: 45.62 g; WW: 27.08 Por; Potas: 3170.01 mg; Wapń: 511.77 mg; Fosfor: 1010.99 mg; Żelazo: 7.69 mg; Magnez: 189.10 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (***JAJ, GOR***), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2340.68 kcal; Białko ogółem: 83.01 g; Tłuszcz ogółem: 74.20 g; Węglowodany ogółem: 328.48 g; Kw. tł. nasycone: 31.14 g; Sól: 6.53 g; Sód: 1854.49 mg; Błonnik: 34.69 g; W tym cukry: 62.50 g; WW: 33.05 Por; Potas: 4020.15 mg; Wapń: 741.08 mg; Fosfor: 1358.48 mg; Żelazo: 13.31 mg; Magnez: 334.62 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 70g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Sos własny 60ml (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Pieczeń rzymska 100g (***GLU, JAJ***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 40g (***JAJ, GOR***), Sałatka ryżowa z brokułem i kukurydzą z olejem 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 1/2szt 100g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2225.48 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz ogółem: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 296.30 g; Kw. tł. nasycone: 18.10 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1852.09 mg; Błonnik: 36.57 g; W tym cukry: 47.58 g; WW: 29.88 Por; Potas: 4388.55 mg; Wapń: 999.88 mg; Fosfor: 1665.68 mg; Żelazo: 14.61 mg; Magnez: 403.72 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2079.70 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz ogółem: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 313.96 g; Kw. tł. nasycone: 25.37 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1465.17 mg; Błonnik: 23.16 g; W tym cukry: 59.58 g; WW: 31.71 Por; Potas: 3950.54 mg; Wapń: 547.87 mg; Fosfor: 1084.42 mg; Żelazo: 12.16 mg; Magnez: 263.08 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pasta z białka jaja 60g (***JAJ***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1976.14 kcal; Białko ogółem: 88.96 g; Tłuszcz ogółem: 37.55 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Kw. tł. nasycone: 10.81 g; Sól: 5.98 g; Sód: 1506.70 mg; Błonnik: 23.05 g; W tym cukry: 47.52 g; WW: 29.83 Por; Potas: 4117.37 mg; Wapń: 737.15 mg; Fosfor: 1213.03 mg; Żelazo: 12.22 mg; Magnez: 275.96 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1935.83 kcal; Białko ogółem: 66.61 g; Tłuszcz ogółem: 62.24 g; Węglowodany ogółem: 282.81 g; Kw. tł. nasycone: 25.75 g; Sól: 3.19 g; Sód: 467.72 mg; Błonnik: 22.68 g; W tym cukry: 53.91 g; WW: 28.50 Por; Potas: 3644.84 mg; Wapń: 512.42 mg; Fosfor: 893.02 mg; Żelazo: 9.41 mg; Magnez: 209.88 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Kasza manna na mleku, z masłem, miodem i bananem (mix g.budyń) 400g (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	Płynna obiadowa 500ml (***GLU, MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna kolacyjna 500ml (***GLU, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Mleko z masłem i biszkoptami (mix g.budyń) 150ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),	**Podwieczorek:** Ryż na mleku z jabłkiem (mix o g.budyniu) 300g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 2643.16 kcal; Białko ogółem: 102.50 g; Tłuszcz ogółem: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 386.44 g; Kw. tł. nasycone: 24.15 g; Sól: 1.31 g; Sód: 451.53 mg; Błonnik: 22.34 g; W tym cukry: 52.56 g; WW: 39.02 Por; Potas: 3997.75 mg; Wapń: 572.76 mg; Fosfor: 1370.53 mg; Żelazo: 7.34 mg; Magnez: 294.66 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z wędliny z zieleniną 60g (***SOJ, MLE, SEL***), Buraczki gotowane mix 100g , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) mix 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Buraczki gotowane mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1814.19 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz ogółem: 52.24 g; Węglowodany ogółem: 264.56 g; Kw. tł. nasycone: 24.58 g; Sól: 5.42 g; Sód: 1280.83 mg; Błonnik: 21.71 g; W tym cukry: 49.71 g; WW: 26.78 Por; Potas: 3842.78 mg; Wapń: 529.77 mg; Fosfor: 1014.43 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 251.66 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Kefir 150g 1szt (***MLE***), Buraczki gotowane 100g , Banan 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 80g (***JAJ, GOR***), Serek wiejski 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2358.95 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz ogółem: 80.97 g; Węglowodany ogółem: 294.60 g; Kw. tł. nasycone: 38.58 g; Sól: 7.89 g; Sód: 2348.02 mg; Błonnik: 23.01 g; W tym cukry: 67.91 g; WW: 29.69 Por; Potas: 4496.75 mg; Wapń: 1498.68 mg; Fosfor: 1819.13 mg; Żelazo: 13.43 mg; Magnez: 325.37 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 50g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 50g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1967.15 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz ogółem: 57.39 g; Węglowodany ogółem: 285.38 g; Kw. tł. nasycone: 26.25 g; Sól: 5.64 g; Sód: 1330.70 mg; Błonnik: 17.42 g; W tym cukry: 51.54 g; WW: 28.85 Por; Potas: 3773.04 mg; Wapń: 759.50 mg; Fosfor: 1199.71 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 254.04 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona b/mąki 100g (***GLU, JAJ, SEL***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Ser żółty 20g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1819.76 kcal; Białko ogółem: 66.42 g; Tłuszcz ogółem: 62.35 g; Węglowodany ogółem: 253.83 g; Kw. tł. nasycone: 26.23 g; Sól: 3.31 g; Sód: 609.36 mg; Błonnik: 22.90 g; W tym cukry: 31.33 g; WW: 25.64 Por; Potas: 3528.57 mg; Wapń: 616.39 mg; Fosfor: 924.28 mg; Żelazo: 9.27 mg; Magnez: 201.61 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Buraczki gotowane 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor b/skóry 100g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Banan 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1862.72 kcal; Białko ogółem: 70.37 g; Tłuszcz ogółem: 56.75 g; Węglowodany ogółem: 276.53 g; Kw. tł. nasycone: 13.52 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1126.37 mg; Błonnik: 18.72 g; W tym cukry: 34.19 g; WW: 27.99 Por; Potas: 3469.24 mg; Wapń: 221.57 mg; Fosfor: 695.42 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 211.68 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek świeży 100g , Melon żółty 150g , Dżem szt - 25g 1szt ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g , Mus owocowy 100g 1szt ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1981.21 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz ogółem: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 275.05 g; Kw. tł. nasycone: 33.07 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1801.52 mg; Błonnik: 28.05 g; W tym cukry: 48.89 g; WW: 27.72 Por; Potas: 3577.42 mg; Wapń: 1004.37 mg; Fosfor: 1289.37 mg; Żelazo: 11.37 mg; Magnez: 280.19 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-11-16	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka hetmańska 60g (***GLU, SOJ***), Dżem szt - 25g 2szt , Buraczki gotowane 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 200g , Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100g (***GLU, JAJ, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sos własny 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka ze szczypiorkiem b/soli 40g (***JAJ, GOR***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.78 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz ogółem: 49.75 g; Węglowodany ogółem: 299.98 g; Kw. tł. nasycone: 23.97 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1152.32 mg; Błonnik: 20.98 g; W tym cukry: 50.17 g; WW: 30.43 Por; Potas: 3659.17 mg; Wapń: 529.53 mg; Fosfor: 903.54 mg; Żelazo: 10.25 mg; Magnez: 239.19 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek konserwowy 100g , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2285.54 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz ogółem: 70.42 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; Kw. tł. nasycone: 30.76 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2115.20 mg; Błonnik: 35.69 g; W tym cukry: 67.29 g; WW: 31.60 Por; Potas: 3634.04 mg; Wapń: 875.86 mg; Fosfor: 1607.22 mg; Żelazo: 12.25 mg; Magnez: 310.77 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek konserwowy 100g , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż brązowy na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2307.84 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz ogółem: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 313.59 g; Kw. tł. nasycone: 18.02 g; Sól: 6.75 g; Sód: 2179.37 mg; Błonnik: 44.44 g; W tym cukry: 62.54 g; WW: 31.55 Por; Potas: 4033.19 mg; Wapń: 987.19 mg; Fosfor: 1948.78 mg; Żelazo: 14.23 mg; Magnez: 467.89 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka kostka gotowana na parze 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2092.86 kcal; Białko ogółem: 89.18 g; Tłuszcz ogółem: 54.34 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; Kw. tł. nasycone: 26.17 g; Sól: 5.34 g; Sód: 1308.73 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 32.39 Por; Potas: 3295.95 mg; Wapń: 703.82 mg; Fosfor: 1268.50 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 235.09 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Marchewka kostka gotowana na parze 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Ryż biały na sypko 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.46 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz ogółem: 31.38 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Kw. tł. nasycone: 11.07 g; Sól: 5.33 g; Sód: 1308.73 mg; Błonnik: 24.75 g; W tym cukry: 49.00 g; WW: 32.39 Por; Potas: 3295.95 mg; Wapń: 703.82 mg; Fosfor: 1268.50 mg; Żelazo: 9.01 mg; Magnez: 235.09 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 30g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1839.47 kcal; Białko ogółem: 59.02 g; Tłuszcz ogółem: 54.77 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; Kw. tł. nasycone: 23.76 g; Sól: 2.37 g; Sód: 393.20 mg; Błonnik: 22.23 g; W tym cukry: 31.60 g; WW: 28.43 Por; Potas: 2552.74 mg; Wapń: 431.03 mg; Fosfor: 886.34 mg; Żelazo: 6.08 mg; Magnez: 157.62 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Kcal: 1333.85 kcal; Białko ogółem: 65.14 g; Tłuszcz ogółem: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 177.65 g; Kw. tł. nasycone: 15.26 g; Sól: 0.92 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 17.95 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pasta z wędliny 40g (***JAJ, GOR***), Marchewka gotowana na parze mix 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko mix 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) mix 180g (***GLU, SEL***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pasta warzywna (włoszczyzna) mix 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2020.45 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz ogółem: 54.52 g; Węglowodany ogółem: 307.88 g; Kw. tł. nasycone: 26.24 g; Sól: 4.69 g; Sód: 1399.95 mg; Błonnik: 25.36 g; W tym cukry: 52.31 g; WW: 31.11 Por; Potas: 3365.77 mg; Wapń: 830.37 mg; Fosfor: 1306.82 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 246.33 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 50g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2264.68 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz ogółem: 71.93 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; Kw. tł. nasycone: 30.62 g; Sól: 6.31 g; Sód: 1777.96 mg; Błonnik: 19.86 g; W tym cukry: 48.27 g; WW: 30.88 Por; Potas: 3266.03 mg; Wapń: 764.70 mg; Fosfor: 1527.97 mg; Żelazo: 10.94 mg; Magnez: 237.51 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***), Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1879.31 kcal; Białko ogółem: 87.73 g; Tłuszcz ogółem: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 267.04 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 4.58 g; Sód: 1237.22 mg; Błonnik: 17.76 g; W tym cukry: 34.02 g; WW: 26.90 Por; Potas: 2738.89 mg; Wapń: 528.89 mg; Fosfor: 1231.33 mg; Żelazo: 9.23 mg; Magnez: 200.45 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) b/mąki 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Gruszka 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1917.46 kcal; Białko ogółem: 73.71 g; Tłuszcz ogółem: 60.43 g; Węglowodany ogółem: 276.05 g; Kw. tł. nasycone: 26.38 g; Sól: 3.55 g; Sód: 874.87 mg; Błonnik: 25.81 g; W tym cukry: 53.60 g; WW: 27.74 Por; Potas: 2860.79 mg; Wapń: 524.34 mg; Fosfor: 1102.23 mg; Żelazo: 7.63 mg; Magnez: 182.65 mg;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 10g , Polędwica miodowa drobiowa 60g , Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) b/ml 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Hummus 60g , Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Banan 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1829.47 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz ogółem: 46.25 g; Węglowodany ogółem: 287.62 g; Kw. tł. nasycone: 14.96 g; Sól: 6.02 g; Sód: 1584.86 mg; Błonnik: 20.31 g; W tym cukry: 31.87 g; WW: 29.06 Por; Potas: 2586.70 mg; Wapń: 221.95 mg; Fosfor: 896.49 mg; Żelazo: 9.24 mg; Magnez: 182.43 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 1szt (***JAJ***), Hummus 60g , Ogórek konserwowy 100g , Banan 1szt , Majonez 10g 1szt (***JAJ, GOR***),	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Potrawka warzywna z ciecierzycą i groszkiem 180g (***MLE, SEL***), Ryż biały na sypko 200g , Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 40g (***MLE***), Pomidor 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1977.89 kcal; Białko ogółem: 63.05 g; Tłuszcz ogółem: 66.51 g; Węglowodany ogółem: 286.59 g; Kw. tł. nasycone: 27.20 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1633.86 mg; Błonnik: 32.12 g; W tym cukry: 48.21 g; WW: 28.77 Por; Potas: 2804.20 mg; Wapń: 695.78 mg; Fosfor: 1160.28 mg; Żelazo: 9.95 mg; Magnez: 244.99 mg;

wtorek 2026-11-17	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 300ml (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Miód sztukowy 25g 1szt , Banan 1szt , Marchewka gotowana na parze b/soli 100g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (***MLE, SEL, S02***), Ryż biały na sypko b/soli 200g , Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Herbatniki bebe 16g 1szt (***GLU, SOJ, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2113.81 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz ogółem: 54.08 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; Kw. tł. nasycone: 26.48 g; Sól: 4.86 g; Sód: 1311.66 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 48.00 g; WW: 33.02 Por; Potas: 3303.89 mg; Wapń: 722.72 mg; Fosfor: 1299.54 mg; Żelazo: 9.02 mg; Magnez: 231.84 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1969.68 kcal; Białko ogółem: 94.42 g; Tłuszcz ogółem: 59.03 g; Węglowodany ogółem: 256.51 g; Kw. tł. nasycone: 30.49 g; Sól: 7.52 g; Sód: 1898.52 mg; Błonnik: 26.54 g; W tym cukry: 37.27 g; WW: 25.89 Por; Potas: 3706.71 mg; Wapń: 702.20 mg; Fosfor: 1335.17 mg; Żelazo: 10.75 mg; Magnez: 320.13 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Ogórek świeży 100g ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy b/c 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Melon żółty 150g ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***), Sałata masłowa 10g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.39 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz ogółem: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 248.36 g; Kw. tł. nasycone: 17.63 g; Sól: 7.92 g; Sód: 2048.97 mg; Błonnik: 31.01 g; W tym cukry: 28.96 g; WW: 25.13 Por; Potas: 4158.31 mg; Wapń: 968.45 mg; Fosfor: 1695.37 mg; Żelazo: 12.68 mg; Magnez: 404.13 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2018.40 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz ogółem: 54.00 g; Węglowodany ogółem: 264.49 g; Kw. tł. nasycone: 33.85 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1463.11 mg; Błonnik: 28.48 g; W tym cukry: 40.56 g; WW: 26.68 Por; Potas: 4056.22 mg; Wapń: 482.06 mg; Fosfor: 1231.71 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 309.09 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2037.50 kcal; Białko ogółem: 90.10 g; Tłuszcz ogółem: 41.06 g; Węglowodany ogółem: 265.05 g; Kw. tł. nasycone: 19.43 g; Sól: 6.43 g; Sód: 1463.11 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 40.56 g; WW: 26.75 Por; Potas: 4056.22 mg; Wapń: 482.06 mg; Fosfor: 1231.71 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 309.08 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 20g (***SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2070.30 kcal; Białko ogółem: 65.74 g; Tłuszcz ogółem: 66.16 g; Węglowodany ogółem: 270.04 g; Kw. tł. nasycone: 34.11 g; Sól: 3.89 g; Sód: 482.31 mg; Błonnik: 22.25 g; W tym cukry: 34.16 g; WW: 27.25 Por; Potas: 3399.22 mg; Wapń: 431.86 mg; Fosfor: 781.11 mg; Żelazo: 7.15 mg; Magnez: 194.68 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta mięsna z warzywami (włoszczyzna) 50g (***SEL***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta warzywna (włoszczyzna) 100g (***SEL***),	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki mix 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) mix 180g (***GLU***), Warzywa mix 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane mix 100g ,
II Śniadanie: Mus owocowy 100g 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2168.04 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz ogółem: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 286.22 g; Kw. tł. nasycone: 39.88 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1683.78 mg; Błonnik: 32.57 g; W tym cukry: 44.39 g; WW: 28.85 Por; Potas: 4310.01 mg; Wapń: 538.96 mg; Fosfor: 1370.40 mg; Żelazo: 11.92 mg; Magnez: 334.48 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 50g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2156.75 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz ogółem: 57.80 g; Węglowodany ogółem: 266.28 g; Kw. tł. nasycone: 39.54 g; Sól: 6.94 g; Sód: 1578.71 mg; Błonnik: 28.51 g; W tym cukry: 41.04 g; WW: 26.85 Por; Potas: 4203.02 mg; Wapń: 496.26 mg; Fosfor: 1342.31 mg; Żelazo: 11.63 mg; Magnez: 321.09 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1911.41 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz ogółem: 58.67 g; Węglowodany ogółem: 257.68 g; Kw. tł. nasycone: 33.65 g; Sól: 5.24 g; Sód: 1246.27 mg; Błonnik: 15.98 g; W tym cukry: 38.34 g; WW: 26.10 Por; Potas: 3458.39 mg; Wapń: 714.24 mg; Fosfor: 1059.54 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 230.52 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Ogórek świeży 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 20g (***SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1984.13 kcal; Białko ogółem: 67.86 g; Tłuszcz ogółem: 65.29 g; Węglowodany ogółem: 247.93 g; Kw. tł. nasycone: 32.45 g; Sól: 3.83 g; Sód: 455.58 mg; Błonnik: 20.67 g; W tym cukry: 22.07 g; WW: 25.04 Por; Potas: 3097.37 mg; Wapń: 194.26 mg; Fosfor: 721.01 mg; Żelazo: 6.94 mg; Magnez: 183.94 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami b/ml 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) b/ml 180g (***GLU***), Sałata z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica drobiowa z majerankiem 30g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Rama bezmleczna 2szt 2szt , Polędwica wiśniowa wieprzowa 30g (***SOJ, SEL***),	**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1929.31 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz ogółem: 74.06 g; Węglowodany ogółem: 248.69 g; Kw. tł. nasycone: 17.33 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1263.03 mg; Błonnik: 28.59 g; W tym cukry: 30.08 g; WW: 25.12 Por; Potas: 3807.80 mg; Wapń: 229.36 mg; Fosfor: 1024.35 mg; Żelazo: 11.40 mg; Magnez: 286.99 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Ser żółty 60g (***MLE***), Ogórek świeży 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kotlet z ciecierzycy w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2234.22 kcal; Białko ogółem: 69.13 g; Tłuszcz ogółem: 67.19 g; Węglowodany ogółem: 301.17 g; Kw. tł. nasycone: 44.69 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1809.01 mg; Błonnik: 30.16 g; W tym cukry: 25.53 g; WW: 30.31 Por; Potas: 2859.91 mg; Wapń: 711.89 mg; Fosfor: 1042.90 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 244.72 mg;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią (mięso 100g, sos 80g) 180g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Sałata z jogurtem 100g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (***SOJ***), Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1918.04 kcal; Białko ogółem: 60.73 g; Tłuszcz ogółem: 64.46 g; Węglowodany ogółem: 256.72 g; Kw. tł. nasycone: 33.49 g; Sól: 3.87 g; Sód: 459.09 mg; Błonnik: 21.60 g; W tym cukry: 41.29 g; WW: 25.93 Por; Potas: 3352.59 mg; Wapń: 470.15 mg; Fosfor: 767.65 mg; Żelazo: 6.84 mg; Magnez: 189.96 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Szynka gotowana - wędlina 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka drobiowa śniadaniowa 20g (***SOJ, MLE, GOR***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2032.58 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz ogółem: 50.71 g; Węglowodany ogółem: 288.65 g; Kw. tł. nasycone: 23.62 g; Sól: 6.44 g; Sód: 1887.46 mg; Błonnik: 32.19 g; W tym cukry: 50.14 g; WW: 29.03 Por; Potas: 3891.33 mg; Wapń: 438.49 mg; Fosfor: 1207.96 mg; Żelazo: 9.70 mg; Magnez: 336.90 mg;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB***), Szynka gotowana - wędlina 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka drobiowa śniadaniowa 20g (***SOJ, MLE, GOR***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 30g 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1951.75 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz ogółem: 45.50 g; Węglowodany ogółem: 261.31 g; Kw. tł. nasycone: 13.36 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2038.81 mg; Błonnik: 35.09 g; W tym cukry: 50.27 g; WW: 26.36 Por; Potas: 4378.71 mg; Wapń: 829.05 mg; Fosfor: 1613.40 mg; Żelazo: 11.06 mg; Magnez: 428.28 mg;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Ziemniaki 200g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2060.33 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz ogółem: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 306.33 g; Kw. tł. nasycone: 24.77 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1279.55 mg; Błonnik: 23.86 g; W tym cukry: 38.37 g; WW: 30.91 Por; Potas: 3956.91 mg; Wapń: 439.72 mg; Fosfor: 1131.96 mg; Żelazo: 9.05 mg; Magnez: 256.74 mg;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna z cukrem 250ml , Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1795.84 kcal; Białko ogółem: 80.23 g; Tłuszcz ogółem: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 272.68 g; Kw. tł. nasycone: 8.08 g; Sól: 4.55 g; Sód: 1273.06 mg; Błonnik: 23.06 g; W tym cukry: 35.16 g; WW: 27.57 Por; Potas: 3923.47 mg; Wapń: 486.97 mg; Fosfor: 1096.00 mg; Żelazo: 8.75 mg; Magnez: 252.90 mg;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1863.59 kcal; Białko ogółem: 63.18 g; Tłuszcz ogółem: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 269.10 g; Kw. tł. nasycone: 24.62 g; Sól: 2.31 g; Sód: 270.03 mg; Błonnik: 23.33 g; W tym cukry: 31.24 g; WW: 27.13 Por; Potas: 3559.38 mg; Wapń: 380.40 mg; Fosfor: 873.71 mg; Żelazo: 5.89 mg; Magnez: 194.50 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń	
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny z biszkoptami 150ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1367.70 kcal; Białko ogółem: 63.73 g; Tłuszcz ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 150.03 g; Kw. tł. nasycone: 16.07 g; Sól: 1.01 g; Sód: 297.15 mg; Błonnik: 11.26 g; W tym cukry: 20.99 g; WW: 15.13 Por; Potas: 2416.70 mg; Wapń: 308.25 mg; Fosfor: 793.80 mg; Żelazo: 4.61 mg; Magnez: 154.76 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 50g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa marchewkowa z ziemniakami mix 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki puree 200g , Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołachmix 100g , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Warzywa mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1965.10 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz ogółem: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 287.54 g; Kw. tł. nasycone: 28.33 g; Sól: 3.60 g; Sód: 1267.78 mg; Błonnik: 21.67 g; W tym cukry: 56.10 g; WW: 29.05 Por; Potas: 4333.00 mg; Wapń: 846.94 mg; Fosfor: 1458.54 mg; Żelazo: 9.06 mg; Magnez: 307.46 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twaróg 100g (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1986.82 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz ogółem: 49.72 g; Węglowodany ogółem: 277.24 g; Kw. tł. nasycone: 27.58 g; Sól: 3.22 g; Sód: 1140.27 mg; Błonnik: 19.25 g; W tym cukry: 37.26 g; WW: 28.08 Por; Potas: 4151.12 mg; Wapń: 759.20 mg; Fosfor: 1446.17 mg; Żelazo: 8.46 mg; Magnez: 259.44 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka gotowana - wędlina 40g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Banan 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1882.79 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 274.52 g; Kw. tł. nasycone: 24.81 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1087.11 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 32.38 g; WW: 27.77 Por; Potas: 3879.77 mg; Wapń: 648.52 mg; Fosfor: 1183.50 mg; Żelazo: 7.98 mg; Magnez: 246.20 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g , Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100g , Sos koperkowy b/mąki z m/ziem 70ml , Brokuł gotowany na parze 100g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 80g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2005.39 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz ogółem: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; Kw. tł. nasycone: 24.79 g; Sól: 1.28 g; Sód: 378.02 mg; Błonnik: 27.18 g; W tym cukry: 48.57 g; WW: 29.96 Por; Potas: 4272.57 mg; Wapń: 653.25 mg; Fosfor: 1253.92 mg; Żelazo: 6.87 mg; Magnez: 250.61 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 60g (***RYB, SEL***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 60g , Ogórek kiszony 100g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 2g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,
II Śniadanie: Gruszka 1szt , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1767.62 kcal; Białko ogółem: 88.47 g; Tłuszcz ogółem: 33.58 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; Kw. tł. nasycone: 10.40 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1782.07 mg; Błonnik: 29.49 g; W tym cukry: 47.79 g; WW: 28.31 Por; Potas: 3724.90 mg; Wapń: 202.93 mg; Fosfor: 1016.98 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 301.63 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 20g (***MLE***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) 40g (***RYB, SEL***), Sałata masłowa z koperkiem i oliwą 20g , Ogórek kiszony 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Kotlet z kalafiora w panierce smażony 100g (***GLU, JAJ***), Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Ziemniaki 200g ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1925.02 kcal; Białko ogółem: 61.62 g; Tłuszcz ogółem: 57.25 g; Węglowodany ogółem: 286.73 g; Kw. tł. nasycone: 25.89 g; Sól: 5.21 g; Sód: 1925.17 mg; Błonnik: 21.19 g; W tym cukry: 31.95 g; WW: 29.04 Por; Potas: 3400.48 mg; Wapń: 585.41 mg; Fosfor: 932.86 mg; Żelazo: 8.49 mg; Magnez: 250.78 mg;

czwartek 2026-11-19	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Zupa ml. z ryżem 300ml (***MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Kurczak gotowany - wędlina 40g (***SOJ***), Paprykarz z ryby gotowanej z ryżem (miruna) b/soli 60g (***RYB, SEL***), Pomidor b/skóry z koperkiem 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Brokuł gotowany na parze 100g , Kompot owocowy 250ml , Filet z piersi kurczaka pieczony w ziołach 100g , Sos koperkowy (zabielany) b/soli 70ml (***GLU, MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i buraka b/soli 60g (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Biszkopty 20g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1854.13 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz ogółem: 50.73 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; Kw. tł. nasycone: 24.37 g; Sól: 2.09 g; Sód: 273.91 mg; Błonnik: 23.30 g; W tym cukry: 31.71 g; WW: 27.05 Por; Potas: 3599.97 mg; Wapń: 383.92 mg; Fosfor: 883.10 mg; Żelazo: 6.00 mg; Magnez: 196.99 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Ogórek konserwowy 100g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 70g (***GLU, JAJ, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml ,	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2266.61 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz ogółem: 60.83 g; Węglowodany ogółem: 312.14 g; Kw. tł. nasycone: 41.93 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2098.03 mg; Błonnik: 28.11 g; W tym cukry: 56.23 g; WW: 31.51 Por; Potas: 3700.84 mg; Wapń: 625.16 mg; Fosfor: 1091.11 mg; Żelazo: 10.31 mg; Magnez: 280.97 mg;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 20g (***SOJ***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Herbata czarna b/c 250ml , Melon żółty 150g ,	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 30g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2202.31 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz ogółem: 52.17 g; Węglowodany ogółem: 260.55 g; Kw. tł. nasycone: 30.81 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2427.72 mg; Błonnik: 30.64 g; W tym cukry: 40.82 g; WW: 26.37 Por; Potas: 3985.19 mg; Wapń: 1057.65 mg; Fosfor: 1489.07 mg; Żelazo: 11.36 mg; Magnez: 351.65 mg;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2248.33 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz ogółem: 51.38 g; Węglowodany ogółem: 324.83 g; Kw. tł. nasycone: 39.45 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1565.54 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 52.22 g; WW: 32.81 Por; Potas: 3763.04 mg; Wapń: 579.53 mg; Fosfor: 979.22 mg; Żelazo: 9.40 mg; Magnez: 242.18 mg;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2206.66 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz ogółem: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 320.63 g; Kw. tł. nasycone: 25.44 g; Sól: 5.29 g; Sód: 1625.54 mg; Błonnik: 23.84 g; W tym cukry: 52.46 g; WW: 32.45 Por; Potas: 3988.04 mg; Wapń: 819.53 mg; Fosfor: 1144.22 mg; Żelazo: 9.48 mg; Magnez: 260.18 mg;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 60g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 30g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2335.75 kcal; Białko ogółem: 58.45 g; Tłuszcz ogółem: 99.96 g; Węglowodany ogółem: 263.08 g; Kw. tł. nasycone: 38.81 g; Sól: 2.07 g; Sód: 455.59 mg; Błonnik: 23.55 g; W tym cukry: 29.24 g; WW: 26.57 Por; Potas: 3083.24 mg; Wapń: 238.48 mg; Fosfor: 547.82 mg; Żelazo: 6.19 mg; Magnez: 154.38 mg;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Papkowata	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki puree 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) papka 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Marchewka duszona (papka) 100g (***GLU***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2179.22 kcal; Białko ogółem: 86.68 g; Tłuszcz ogółem: 56.89 g; Węglowodany ogółem: 284.78 g; Kw. tł. nasycone: 45.19 g; Sól: 4.23 g; Sód: 1533.31 mg; Błonnik: 23.88 g; W tym cukry: 49.29 g; WW: 28.79 Por; Potas: 3605.31 mg; Wapń: 620.91 mg; Fosfor: 1033.01 mg; Żelazo: 7.81 mg; Magnez: 234.82 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 200g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2289.65 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz ogółem: 59.56 g; Węglowodany ogółem: 280.39 g; Kw. tł. nasycone: 45.87 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1648.85 mg; Błonnik: 18.60 g; W tym cukry: 46.74 g; WW: 28.37 Por; Potas: 3916.05 mg; Wapń: 835.40 mg; Fosfor: 1083.42 mg; Żelazo: 8.79 mg; Magnez: 235.36 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 80g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.38 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz ogółem: 52.62 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; Kw. tł. nasycone: 45.56 g; Sól: 4.75 g; Sód: 1455.98 mg; Błonnik: 14.02 g; W tym cukry: 40.52 g; WW: 28.25 Por; Potas: 3331.25 mg; Wapń: 784.39 mg; Fosfor: 1091.76 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 214.94 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy b/glu 70ml , Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2152.47 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Tłuszcz ogółem: 70.35 g; Węglowodany ogółem: 262.01 g; Kw. tł. nasycone: 43.71 g; Sól: 3.09 g; Sód: 778.46 mg; Błonnik: 22.41 g; W tym cukry: 27.19 g; WW: 26.45 Por; Potas: 3342.52 mg; Wapń: 502.67 mg; Fosfor: 714.77 mg; Żelazo: 6.24 mg; Magnez: 168.63 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 50g (***SOJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana b/ml 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Sos pomidorowy 60ml (***GLU***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Polędwica ani drobiowa 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
II Śniadanie: Melon żółty 150g , Herbata czarna z cukrem 250ml ,		**Posiłek nocny:** Melon żółty 150g , Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1756.08 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz ogółem: 47.91 g; Węglowodany ogółem: 269.82 g; Kw. tł. nasycone: 13.68 g; Sól: 6.95 g; Sód: 1616.66 mg; Błonnik: 23.63 g; W tym cukry: 37.67 g; WW: 27.33 Por; Potas: 2870.81 mg; Wapń: 180.77 mg; Fosfor: 497.50 mg; Żelazo: 7.97 mg; Magnez: 192.00 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 30g (***MLE***), Ogórek konserwowy 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem 100g (***RYB***), Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem 100g , Kompot owocowy 250ml , Sos pomidorowy 60ml (***GLU***),	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1928.09 kcal; Białko ogółem: 74.19 g; Tłuszcz ogółem: 53.04 g; Węglowodany ogółem: 276.15 g; Kw. tł. nasycone: 31.80 g; Sól: 5.08 g; Sód: 1859.93 mg; Błonnik: 27.03 g; W tym cukry: 49.53 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3566.44 mg; Wapń: 573.46 mg; Fosfor: 994.11 mg; Żelazo: 9.35 mg; Magnez: 266.17 mg;

piątek 2026-11-20	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku 250ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Serek kanapkowy 80g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (***MLE, SEL***), Ziemniaki b/soli 200g , Ryba gotowana na parze (miruna) z plastrem cytryny i koperkiem b/soli 100g (***RYB***), Sos pomidorowy b/soli 60ml (***GLU***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa 60g (***MLE***), Polędwica ani drobiowa 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Melon żółty 150g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2401.06 kcal; Białko ogółem: 72.85 g; Tłuszcz ogółem: 82.89 g; Węglowodany ogółem: 289.53 g; Kw. tł. nasycone: 46.69 g; Sól: 2.88 g; Sód: 647.34 mg; Błonnik: 23.33 g; W tym cukry: 46.96 g; WW: 29.24 Por; Potas: 3449.04 mg; Wapń: 549.53 mg; Fosfor: 787.42 mg; Żelazo: 6.48 mg; Magnez: 185.98 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Dżem szt - 25g 1szt , Pasta z jajka 40g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	**Podwieczorek:** Chleb zwykły (pszenno-żytni) 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2019.71 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz ogółem: 64.32 g; Węglowodany ogółem: 262.52 g; Kw. tł. nasycone: 32.54 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2279.71 mg; Błonnik: 24.86 g; W tym cukry: 44.04 g; WW: 26.31 Por; Potas: 2028.70 mg; Wapń: 849.25 mg; Fosfor: 1306.43 mg; Żelazo: 8.64 mg; Magnez: 254.47 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron pełnoziarnisty z twarogiem i owocami 400g (***GLU, MLE, MCK***), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Ser żółty 40g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 20g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka wieprzowa z liściem 20g (***GLU, SOJ***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2194.04 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz ogółem: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 281.45 g; Kw. tł. nasycone: 24.29 g; Sól: 6.70 g; Sód: 2359.85 mg; Błonnik: 30.51 g; W tym cukry: 40.66 g; WW: 28.23 Por; Potas: 2220.40 mg; Wapń: 1089.53 mg; Fosfor: 1370.83 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 316.68 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.12 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; Kw. tł. nasycone: 27.98 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1334.84 mg; Błonnik: 18.80 g; W tym cukry: 45.72 g; WW: 29.93 Por; Potas: 1925.05 mg; Wapń: 581.12 mg; Fosfor: 1011.60 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 156.81 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.12 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; Kw. tł. nasycone: 27.98 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1334.84 mg; Błonnik: 18.80 g; W tym cukry: 45.72 g; WW: 29.93 Por; Potas: 1925.05 mg; Wapń: 581.12 mg; Fosfor: 1011.60 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 156.81 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2075.32 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz ogółem: 63.04 g; Węglowodany ogółem: 305.24 g; Kw. tł. nasycone: 28.55 g; Sól: 2.79 g; Sód: 728.44 mg; Błonnik: 23.32 g; W tym cukry: 43.80 g; WW: 30.65 Por; Potas: 1745.85 mg; Wapń: 557.12 mg; Fosfor: 893.20 mg; Żelazo: 7.18 mg; Magnez: 128.01 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Herbata czarna b/c 250ml , Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.94 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.02 g; Sód: 366.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2721.15 mg; Wapń: 457.50 mg; Fosfor: 1076.30 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 221.76 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Warzywa mix 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem mix 300ml (***SEL***), Makaron świderki mix 200g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Mus z truskawek + śmietana 150g (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Buraczki gotowane mix 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2163.83 kcal; Białko ogółem: 64.05 g; Tłuszcz ogółem: 65.18 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; Kw. tł. nasycone: 33.21 g; Sól: 3.83 g; Sód: 1316.87 mg; Błonnik: 20.62 g; W tym cukry: 47.04 g; WW: 33.37 Por; Potas: 1830.89 mg; Wapń: 581.05 mg; Fosfor: 847.65 mg; Żelazo: 9.11 mg; Magnez: 159.11 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml , Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 80g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2293.71 kcal; Białko ogółem: 111.33 g; Tłuszcz ogółem: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 307.30 g; Kw. tł. nasycone: 33.10 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1523.05 mg; Błonnik: 18.84 g; W tym cukry: 46.40 g; WW: 30.93 Por; Potas: 2537.98 mg; Wapń: 858.81 mg; Fosfor: 1475.60 mg; Żelazo: 10.23 mg; Magnez: 205.60 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 50g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1975.72 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz ogółem: 55.67 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; Kw. tł. nasycone: 27.94 g; Sól: 4.18 g; Sód: 1304.02 mg; Błonnik: 16.98 g; W tym cukry: 40.59 g; WW: 29.19 Por; Potas: 1581.85 mg; Wapń: 555.20 mg; Fosfor: 990.49 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 143.37 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Pulpet wieprzowy gotowany na parze b/glutenu 100g (***JAJ***), Ziemniaki 200g , Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 80g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 1805.26 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz ogółem: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 235.97 g; Kw. tł. nasycone: 27.96 g; Sól: 2.28 g; Sód: 373.40 mg; Błonnik: 21.45 g; W tym cukry: 23.85 g; WW: 23.82 Por; Potas: 2865.88 mg; Wapń: 482.05 mg; Fosfor: 883.52 mg; Żelazo: 8.19 mg; Magnez: 155.91 mg;

sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Pasta z jajka 80g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 90g , Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***),	Makaron z owocami 350g (***GLU, JAJ***), Kompot owocowy 250ml , Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300ml (***SEL***),	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Miód sztukowy 25g 1szt , Polędwica drobiowa z majerankiem 60g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy (150g) 1szt (***SOJ***), Wafle ryżowe 20g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1978.62 kcal; Białko ogółem: 63.40 g; Tłuszcz ogółem: 54.19 g; Węglowodany ogółem: 315.28 g; Kw. tł. nasycone: 16.69 g; Sól: 4.51 g; Sód: 1025.76 mg; Błonnik: 16.48 g; W tym cukry: 27.79 g; WW: 31.70 Por; Potas: 1600.64 mg; Wapń: 191.73 mg; Fosfor: 620.53 mg; Żelazo: 8.85 mg; Magnez: 118.80 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z natką pietruszki 60g (***MLE***), Ogórek kiszony 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 1933.49 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz ogółem: 70.19 g; Węglowodany ogółem: 257.50 g; Kw. tł. nasycone: 28.75 g; Sól: 5.01 g; Sód: 1834.80 mg; Błonnik: 22.36 g; W tym cukry: 37.75 g; WW: 25.81 Por; Potas: 1719.45 mg; Wapń: 557.29 mg; Fosfor: 1102.99 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 216.12 mg;

sobota 2026-11-21	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (***GLU, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka 60g (***JAJ, GOR***), Dżem szt - 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (***SEL***), Makaron z twarogiem i owocami 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z zieleniną 60g (***MLE***), Polędwica drobiowa z majerankiem 20g (***SOJ***), Buraczki gotowane 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2008.12 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz ogółem: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; Kw. tł. nasycone: 27.98 g; Sól: 4.31 g; Sód: 1334.84 mg; Błonnik: 18.80 g; W tym cukry: 45.72 g; WW: 29.93 Por; Potas: 1925.05 mg; Wapń: 581.12 mg; Fosfor: 1011.60 mg; Żelazo: 8.94 mg; Magnez: 156.81 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Choroby Tropikalne UCMMiT

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Podstawowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Miód sztukowy 25g 1szt , Szynka delikatna z fileta 40g , Pomidor 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Kluski śląskie z olejem i cebulką 200g (***JAJ***), Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 50g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Ciasto drożdżowe 70g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Podwieczorek:** Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 20g (***SOJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Wafle ryżowe 10g , Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2357.10 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz ogółem: 67.99 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; Kw. tł. nasycone: 34.53 g; Sól: 5.06 g; Sód: 1667.16 mg; Błonnik: 32.12 g; W tym cukry: 59.77 g; WW: 34.59 Por; Potas: 3039.15 mg; Wapń: 559.21 mg; Fosfor: 1135.28 mg; Żelazo: 10.14 mg; Magnez: 270.43 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Z ogr łatwo przysw. węglowodanów**	
Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Pomidor 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb razowy 50g (***GLU***), Chleb graham 50g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	**Podwieczorek:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka wieprzowa 40g (***SOJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Orzechy włoskie 5szt (***OZI***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2189.58 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz ogółem: 65.31 g; Węglowodany ogółem: 272.28 g; Kw. tł. nasycone: 16.13 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1796.53 mg; Błonnik: 35.40 g; W tym cukry: 49.99 g; WW: 27.37 Por; Potas: 3950.01 mg; Wapń: 762.43 mg; Fosfor: 1504.04 mg; Żelazo: 11.64 mg; Magnez: 352.56 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 30g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2309.85 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz ogółem: 71.22 g; Węglowodany ogółem: 330.38 g; Kw. tł. nasycone: 28.95 g; Sól: 5.31 g; Sód: 1743.84 mg; Błonnik: 22.66 g; W tym cukry: 53.85 g; WW: 33.29 Por; Potas: 3301.63 mg; Wapń: 490.36 mg; Fosfor: 1028.85 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 228.53 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna z ogr. tłuszczu**	
Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100g (***GLU***), Bułka pszenna krojona 50g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Szynka delikatna z fileta 60g , Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Melon żółty 150g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko duszone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 10g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 20g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***), Wafle ryżowe 10g ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2041.21 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz ogółem: 43.34 g; Węglowodany ogółem: 299.18 g; Kw. tł. nasycone: 11.06 g; Sól: 4.85 g; Sód: 1701.56 mg; Błonnik: 22.43 g; W tym cukry: 31.48 g; WW: 30.18 Por; Potas: 3112.85 mg; Wapń: 429.74 mg; Fosfor: 953.21 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 201.73 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Niskobiałkowa (nerkowa)**	
Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g , Banan 1szt , Herbata czarna 250ml ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2033.01 kcal; Białko ogółem: 59.34 g; Tłuszcz ogółem: 78.60 g; Węglowodany ogółem: 274.29 g; Kw. tł. nasycone: 28.04 g; Sól: 1.13 g; Sód: 393.58 mg; Błonnik: 22.66 g; W tym cukry: 35.26 g; WW: 27.51 Por; Potas: 2693.85 mg; Wapń: 195.84 mg; Fosfor: 775.81 mg; Żelazo: 7.02 mg; Magnez: 137.93 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Płynna g.budyń**	
Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***),	Płynna g.budyniu (zupa+mięso) 200ml (***MLE, SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Płynna g.budyniu (zupa+jajko) 200ml (***JAJ, MLE, SEL***), Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Kasza manna na mleku mix g.budyniu z musem 200ml (***GLU, MLE***),	**Podwieczorek:** Kasza jaglana na mleku z twarożkiem mix g. budyniu z musem 200ml (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Kcal: 1427.85 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz ogółem: 44.90 g; Węglowodany ogółem: 192.65 g; Kw. tł. nasycone: 16.86 g; Sól: 1.00 g; Sód: 355.65 mg; Błonnik: 12.35 g; W tym cukry: 27.13 g; WW: 19.45 Por; Potas: 2705.15 mg; Wapń: 452.50 mg; Fosfor: 1075.30 mg; Żelazo: 7.22 mg; Magnez: 219.76 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Papkowata**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mięsa drobiowego 80g , Miód sztukowy 25g 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym (papka) 100g , Ziemniaki (papka) 200g , Marchewka duszona (papka) 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Pasta warzywna 100g (***SEL***),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2028.99 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz ogółem: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 299.88 g; Kw. tł. nasycone: 27.70 g; Sól: 3.33 g; Sód: 1264.09 mg; Błonnik: 19.74 g; W tym cukry: 49.03 g; WW: 30.26 Por; Potas: 3069.30 mg; Wapń: 528.91 mg; Fosfor: 1107.61 mg; Żelazo: 7.74 mg; Magnez: 225.36 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Wysokobiałkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Szynka delikatna z fileta 80g , Pomidor b/skóry 100g , Kefir 150g 1szt (***MLE***),	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 2 szt 200g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Bułka pszenna krojona 100g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 100g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 60g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2321.71 kcal; Białko ogółem: 128.25 g; Tłuszcz ogółem: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; Kw. tł. nasycone: 36.12 g; Sól: 6.38 g; Sód: 1945.57 mg; Błonnik: 19.28 g; W tym cukry: 61.84 g; WW: 28.76 Por; Potas: 3977.03 mg; Wapń: 959.06 mg; Fosfor: 1604.97 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 266.50 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Ubogoresztkowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 50g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Bułka pszenna krojona 110g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Sałata masłowa 10g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2093.73 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz ogółem: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 299.95 g; Kw. tł. nasycone: 30.71 g; Sól: 4.42 g; Sód: 1355.15 mg; Błonnik: 16.89 g; W tym cukry: 51.39 g; WW: 30.24 Por; Potas: 3025.13 mg; Wapń: 771.36 mg; Fosfor: 1283.31 mg; Żelazo: 9.19 mg; Magnez: 221.87 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Bezglutenowa**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem b/glutenowym 300ml (***SEL***), Ziemniaki 200g , Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Marchewka z groszkiem duszona b/mąki 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 110g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 80g (***MLE***), Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2244.55 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz ogółem: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 289.92 g; Kw. tł. nasycone: 32.10 g; Sól: 1.52 g; Sód: 591.68 mg; Błonnik: 21.49 g; W tym cukry: 53.00 g; WW: 29.12 Por; Potas: 3627.09 mg; Wapń: 753.71 mg; Fosfor: 1397.45 mg; Żelazo: 7.86 mg; Magnez: 228.19 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Bezmleczna**	
Zupa ml. na mleku roślinnym 300ml (***SOJ***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Szynka delikatna z fileta 40g , Pomidor 100g , Herbata czarna 250ml ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 110g (***GLU***), Rama bezmleczna 10 g 20g , Filet z piersi kurczaka pieczony w plastrach na kanapki 100g , Kiełbasa krakowska 60g (***SOJ***), Rzodkiewka biała 100g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Kcal: 2197.97 kcal; Białko ogółem: 107.85 g; Tłuszcz ogółem: 67.35 g; Węglowodany ogółem: 291.80 g; Kw. tł. nasycone: 15.03 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1531.08 mg; Błonnik: 32.66 g; W tym cukry: 59.80 g; WW: 29.15 Por; Potas: 3421.43 mg; Wapń: 222.49 mg; Fosfor: 1115.93 mg; Żelazo: 10.73 mg; Magnez: 230.93 mg;

niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: U. Wegetariańska**	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 1szt , Pomidor 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Tofu z cebulą 100g (***SOJ***), Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem duszona 100g (***GLU***), Kompot owocowy 250ml , Gruszka 1szt , Herbata czarna b/c 250ml ,	Herbata czarna b/c 250ml , Chleb zwykły (pszenno-żytni) 50g (***GLU***), Chleb razowy 50g (***GLU***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), Pomidor b/skóry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2023.37 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz ogółem: 63.69 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; Kw. tł. nasycone: 28.35 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1263.46 mg; Błonnik: 31.02 g; W tym cukry: 66.92 g; WW: 29.76 Por; Potas: 3335.23 mg; Wapń: 555.46 mg; Fosfor: 1124.35 mg; Żelazo: 10.81 mg; Magnez: 264.83 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-11-22	Jadłospis dla diety: U. Łatwostrawna niskosodowa	
Kakao gotowane na mleku 250ml (***SOJ, MLE***), Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Jajko got. na twardo kl.M 2szt (***JAJ***), Miód sztukowy 25g 2szt , Pomidor b/skóry 100g ,	Rosół z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Udko pieczone z jabłkiem duszonym 100g , Kluski śląskie 200g (***JAJ***), Mizeria z jogurtem 100g (***MLE***), Kompot owocowy 250ml ,	Herbata czarna 250ml , Chleb bezglutenowy 100g (***SEZ***), Masło sztukowe 15g 1szt (***MLE***), Twarożek z koperkiem b/soli 80g (***MLE***), Polędwica miodowa drobiowa 40g , Buraczki gotowane plastry 100g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g 1szt (***MLE***),

Wartości odżywcze: Kcal: 2269.58 kcal; Białko ogółem: 72.02 g; Tłuszcz ogółem: 76.38 g; Węglowodany ogółem: 325.19 g; Kw. tł. nasycone: 35.66 g; Sól: 2.31 g; Sód: 474.06 mg; Błonnik: 19.38 g; W tym cukry: 55.58 g; WW: 32.63 Por; Potas: 2625.19 mg; Wapń: 546.00 mg; Fosfor: 985.12 mg; Żelazo: 8.14 mg; Magnez: 175.35 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone